

CURSO EDUCATIVO GRATUITO

Cada lunes, 24 de Marzo al 12 de Mayo 2025
5:30pm a 8:00pm | A través de Zoom

¿Su ser querido sufre de depresión, ansiedad u otro reto de salud mental?

NAMI Familia a Familia

En este curso gratuito para familiares y amigos de personas mayores de 18 años con condiciones de salud mental aprenderán a:

- Manejar una crisis
- Cuidarse y manejar su estrés
- Apoyar a su ser querido con compasión
- Encontrar y utilizar apoyos y servicios locales
- Resolver problemas y comunicarse de manera efectiva
- Informarse sobre las condiciones de salud mental, tratamientos y terapias



Para Registrarse o Más Información:
Llame (831) 205-7074 o visite namiscc.org
Escanee el código QR con la cámara de su celular

